

Vietnamesisk/norsk

Những yếu tố về chứng viêm gan loại A, B và C và cách phòng ngừa để bạn không bị lây bệnh

Fakta om hepatitt A, B og C og om hvordan du unngår smitte

Hva er hepatitt?

Hepatitt betyr betennelse i leveren.

Mange virus kan gi leverbetennelse, og de viktigste er hepatitt A-viruset, hepatitt B-viruset og hepatitt C-viruset. De fleste (men ikke alle) som blir smittet av disse virusene vil få sykdomstegn som gulsott (gul farge i øyne og på hud), slapphet, kvalme eller magesmerter. Det er ikke mulig ut fra symptomene å avgjøre hvilket av virusene du er smittet med. Bare en blodprøve kan vise det.

Slik smitter hepatitt vanligvis

Hepatitt A

Gjennom forurenset mat og vann og gjennom blod, f eks. ved deling av urene sprøyter. Med urene sprøyter menes her sprøyter som har vært brukt av en annen person før.

Hepatitt B

Gjennom ubeskyttet sex, fødsel og gjennom blod, f eks. ved deling av urene sprøyter.

Hepatitt C

Gjennom blod, f eks. deling av urene sprøyter.

Bệnh viêm gan (hepatitt) là gì?

Hepatitt có nghĩa là bị viêm gan.

Nhiều loại siêu vi trùng có thể gây viêm gan, và những loại trọng yếu là siêu vi trùng hepatitt A-viruset, hepatitt B-viruset og hepatitt C-viruset. Đa số (nhưng không phải tất cả mọi người) bị truyền nhiễm những loại siêu vi trùng này đều bị triệu chứng như bệnh hoàng đản (vàng mắt và vàng da), mệt mỏi, buồn ói hoặc đau bụng. Không thể nào căn cứ vào các triệu chứng để quyết định là bạn đã bị nhiễm loại siêu vi trùng nào. Chỉ có thử nghiệm máu mới biết được điều này.

Bệnh viêm gan (hepatitt) thường lây như sau:

Viêm gan (hepatitt) loại A

Qua thức ăn và nước uống kém vệ sinh và qua máu, như khi dùng chung kim và ống chích không sạch. Ống chích không sạch có nghĩa là đã có người khác dùng trước rồi.

Viêm gan (hepatitt) loại B

Qua sự quan hệ tình dục không phòng ngừa bằng bọc cao su, sinh đẻ và qua máu như khi dùng chung ống chích đã có người khác dùng trước rồi.

Viêm gan (hepatitt) loại C

Qua máu như khi dùng chung ống chích đã có người khác dùng trước rồi.

Hepatitt A

Hepatitt A var tidligere svært vanlig i Norge. I dag forekommer sykdommen sjeldnere, stort sett hos personer som er smittet i utlandet og blant stoffmisbrukere. Voksne blir som regel sykere enn barn om de får hepatitt A. Viruset skilles ut i avføringen til smittede personer. Viruset overføres derfor i hovedsak gjennom vann som er forurenset av kloakk eller via mat som er håndtert av smittede personer med dårlig håndhygiene. Sykdommen kan også i sjeldne tilfeller overføres seksuelt.

Hvordan unngå smitte?

Vær nøye med håndvask i forbindelse med matlaging og toalettbesøk. Ved reiser utenfor Vest-Europa og Nord-Amerika bør man unngå å drikke vann rett fra springen. Det finnes vaksine mot hepatitt A. Det anbefales at du vaksinerer deg mot hepatitt A før avreise til land utenfor Vest-Europa, Nord-Amerika, Japan og Australia. Stoffmisbrukere kan få gratis vaksine og må unngå bruk av urene sprøyter.

Behandling

Hepatitt A er vanligvis en relativt godartet, men plagsom sykdom som går over av seg selv. Den blir aldri kronisk. Dersom man har hatt hepatitt A, blir man immun for resten av livet.

Viêm gan (hepatitt) loại A

Trước đây bệnh viêm gan loại A rất thông thường ở Na Uy. Hiện nay bệnh ít xảy ra hơn, hầu hết những người mắc bệnh này đã bị nhiễm bệnh ở nước ngoài hay trong số những người nghiện ma túy. Người lớn thường hay bị bệnh nặng hơn là trẻ con khi nhiễm bệnh viêm gan loại A. Siêu vi trùng thường bài tiết theo phân của người bệnh. Do đó siêu vi trùng này lây sang người khác phần chính là qua nước uống đã bị ô nhiễm bởi cống rãnh hay qua thức ăn do những người đang mắc bệnh này làm mà họ lại không chú trọng về vệ sinh rửa tay. Trong một vài trường hợp hiếm có, bệnh này có thể lây sang người khác qua sự quan hệ về tình dục.

Làm cách nào để không bị lây bệnh?

Rửa tay kỹ lưỡng khi làm thức ăn và sau mỗi lần viếng nhà vệ sinh. Khi du lịch ngoài các nước Tây Âu và Bắc Mỹ nên tránh không uống nước chảy từ vòi. Hiện cũng có thuốc chủng ngừa bệnh viêm gan loại A. Bạn nên chủng ngừa bệnh viêm gan loại A trước khi du lịch đến các nước ngoài khối Tây Âu, Bắc Mỹ, Nhật bản và Úc châu. Những người nghiện ma túy có thể được chủng ngừa miễn phí và không được dùng những ống chích đã có người khác dùng trước rồi.

Điều trị

Viêm gan loại A là một chứng bệnh không đến nỗi trầm trọng, nhưng là một bệnh gây nhiều khó chịu và tự khỏi. Bệnh này không bao giờ thành mãn tính. Nếu ai đã bị bệnh viêm gan A rồi thì họ sẽ được miễn nhiễm suốt đời..

Hepatitt B

Hepatitt B smitter gjennom blod og kroppsvæsker. Sykdommen er svært vanlig på verdensbasis. I Norge er mellom 10 000 og 15 000 personer kroniske bærere av hepatitt B-viruset.

Hvordan unngå smitte?

Kondom beskytter mot hepatitt B-viruset. Det finnes vaksine mot hepatitt B. Stoffmisbrukere kan få gratis vaksine og må unngå bruk av urene sprøyter.

Smitte kan skje fra mor til barn ved graviditet og fødsel, men risikoen for at viruset overføres kan reduseres ved at barnet får immunglobulin og vaksine så snart som mulig etter fødselen. Barnet kan da ammes.

Viêm gan (hepatitt) loại B

Viêm gan loại B truyền nhiễm qua máu và tiết dịch của cơ thể. Dựa theo căn bản thế giới là một chứng bệnh rất thường. Ở Na Uy có khoảng 10 000 đến 15 000 người mang loại siêu vi trùng hepatitt B-viruset mãn tính.

Làm cách nào để không bị lây bệnh?

Bọc cao su (kondom) phòng ngừa hepatitt B-viruset. Hiện nay có thuốc chủng ngừa bệnh viêm gan loại B. Những người nghiện ma túy có thể được chủng ngừa miễn phí và không được dùng ống chích đã có người khác dùng trước rồi.

Sự truyền nhiễm có thể xảy ra từ mẹ qua con khi mang thai và sinh đẻ, nhưng nguy cơ của sự truyền nhiễm có thể giảm bớt nếu trẻ được tạo miễn dịch (Immunoglobulins) và chủng ngừa càng sớm càng tốt sau khi sinh. Lúc đó trẻ có thể bú được sữa mẹ.

Hepatitt B finnes i både akutt og kronisk form

Akutt hepatitt B

Omtrent halvparten av dem som blir smittet av hepatitt B-viruset vil få symptomer i løpet av to til seks måneder etter smittetidspunktet. De fleste smittede vil kvitte seg med viruset i løpet av noen måneder. De er da immune mot hepatitt B resten av livet.

Kronisk hepatitt B

Ca. 5% av de som blir smittet med hepatitt B-viruset kvitter seg ikke med viruset. Hos dem blir viruset "sittende fast" i leveren og gjør dem til kroniske bærere. En slik kronisk bærertilstand gir vanligvis ingen symptomer og kan bare oppdages ved blodprøver. De aller fleste som får kronisk hepatitt B er slike friske smittebærere. Noen kan derimot utvikle en kronisk betennelse i leveren. Denne kan i løpet av mange år gi skrumplever og øker også risikoen for leverkreft. Det er derfor viktig at personer som er kroniske bærere av hepatitt B-viruset regelmessig blir undersøkt med blodprøver.

Personer med kronisk hepatitt B kan smitte andre uavhengig av om de har sykdomsplager eller ikke. Derfor skal ingen med kronisk hepatitt B være blodgiver, og andre medlemmer av husstanden kan få gratis vaksine mot sykdommen. Kronisk hepatitt B-bærere må bruke kondom dersom de har sex med personer som ikke er vaksinert.

Behandling

Det kan av og til være aktuelt å forsøke behandling med spesielle medisiner ved kronisk hepatitt B for å stanse utvikling av alvorlig leversykdom. Mange får tilbakefall etter fullført behandling, men noen blir kvitt infeksjonen for godt.

Bệnh viêm gan loại B thuộc hai hình thức cấp tính và mãn tính.

Viêm gan loại B cấp tính

Trong vòng từ hai đến sáu tháng kể từ khi bị lây bệnh, khoảng phân nửa số người bị bệnh viêm gan loại B sẽ có những triệu chứng bệnh. Đa số những người bị lây bệnh sẽ hết siêu vi trùng trong vài tháng. Sau đó họ sẽ miễn nhiễm bệnh hepatitt B suốt đời.

Viêm gan loại B mãn tính

Khoảng 5% những người bị lây hepatitt B-viruset không thể hết siêu vi trùng này được. Siêu vi trùng “bám chặt” vào gan của họ khiến họ thành những người mắc bệnh mãn tính. Tình trạng mãn tính này thường không gây những triệu chứng gì và chỉ có thể phát hiện qua sự thử nghiệm máu. Đa số những người bị viêm gan loại B mãn tính là những người trông có vẻ khỏe mạnh nhưng họ lại là những người có thể truyền bệnh cho những người khác. Ngược lại một số người có thể phát triển chứng viêm gan mãn tính. Trong nhiều năm, chứng này có thể gây xơ gan và cũng tăng nguy cơ bị ung thư gan. Do đó điều quan trọng với những người mang siêu vi trùng viêm gan B mãn tính là phải thử nghiệm máu đều đặn.

Những người mắc chứng viêm gan B mãn tính có thể lây cho người khác mà không lệ thuộc là họ có những triệu chứng của bệnh hay không. Do đó không một người nào mắc chứng viêm gan B mãn tính hiến máu được, và những người ở chung nhà có thể được chủng ngừa bệnh miễn phí. Những người mang bệnh viêm gan B mãn tính phải dùng bọc cao su khi họ có sự quan hệ về tình dục với những người chưa chủng ngừa.

Điều trị

Đôi khi bệnh viêm gan B mãn tính có thể được điều trị với những thuốc đặc biệt hầu ngăn chặn sự phát triển thành bệnh gan trầm trọng. Sau khi được điều trị xong, nhiều người bị bệnh tái phát, nhưng có người hết bệnh hẳn.

Hepatitt C

I mange år har man visst at det finnes flere hepatittvirus, men det var først i 1989 man klarte å påvise hepatitt C-viruset. Nå kan en med hjelp av blodprøver avgjøre om man er smittet med hepatitt C-viruset. Det finnes ingen vaksine mot hepatitt C.

Hvordan unngå smitte?

De fleste som i dag får påvist hepatitt C er blitt smittet ved tidligere eller nåværende sprøytebruk eller gjennom blodoverføring for mange år siden. I dag blir alle blodgivere testet. Som for hepatitt B er det bruk av urene sprøyter som er den vanligste smittemåten ved hepatitt C. Seksuell smitte kan i svært sjeldne tilfelle forekomme.

Smitte med hepatitt C gir vanligvis få symptomer og sykdommen oppdages oftest ved blodprøver. Alle som får påvist antistoffer mot hepatitt C må i dag regnes som smitteførende og kroniske bærere av viruset. Bare ved oppfølging over lengre tid og ved bruk av spesielle blodprøver kan man avgjøre om viruset fortsatt er tilstede i kroppen. De som er kronisk bærere av hepatitt C-viruset har vanligvis lite plager. Etter mange års bærertilstand vil noen utvikle leverskade. Det er derfor viktig at personer som er kronisk bærere av hepatitt C-viruset regelmessig blir undersøkt med blodprøver. Hepatitt C kan i sjeldne tilfeller overføres fra mor til barn under fødselen. Barn født av hepatitt C-smittede mødre kan ammes.

Viêm gan (hepatitt) loại C

Trong nhiều năm qua, người ta cũng biết là có nhiều loại siêu vi trùng gây bệnh viêm gan, nhưng mãi đến năm 1989 người ta mới phát hiện được siêu vi trùng viêm gan loại C. Hiện nay qua việc thử nghiệm máu, người ta mới có thể quyết định là bệnh nhân bị lây bởi siêu vi trùng viêm gan C hay không. Hiện vẫn chưa có thuốc chủng ngừa bệnh viêm gan loại C.

Làm cách nào để không bị lây bệnh?

Hiện nay đa số những người đã xác nhận mắc bệnh viêm gan loại C, bị lây bệnh vì trước kia hay hiện giờ đã có dùng ống chích, hay qua sự tiếp máu từ nhiều năm trước. Hiện nay tất cả những người hiến máu đều được kiểm soát máu. Cũng giống như bệnh viêm gan loại B, cách lây bệnh thường nhất của bệnh viêm gan loại C là do việc dùng ống chích đã có người khác dùng trước rồi. Trong một số trường hợp rất hiếm, bệnh này cũng có thể lây sang người khác qua sự liên hệ về tình dục.

Bệnh viêm gan loại C thường ít có triệu chứng, và chỉ qua sự thử nghiệm máu mới phát hiện sự nhiễm bệnh. Những người đã có chất kháng tố bệnh viêm gan loại C, hiện nay bị xem là những người mang siêu vi trùng mãn tính là nguồn truyền bệnh này. Qua việc theo dõi bệnh trạng trong một thời gian dài và việc dùng các cách thức đặc biệt để thử nghiệm máu, người ta mới có thể quyết định là siêu vi trùng có còn hiện hữu trong cơ thể hay không. Thường những người mang siêu vi trùng viêm gan C mãn tính ít bị khó chịu gì nhiều. Sau nhiều năm mang bệnh này, một số người có thể bị bệnh gan. Do đó điều quan trọng là những người mang siêu vi trùng viêm gan C cần được thử nghiệm máu thường xuyên. Một số trường hợp hiếm có là bệnh viêm gan loại C lây từ mẹ qua con trong lúc sinh. Những người mẹ mang bệnh viêm gan C vẫn có thể cho con bú sữa mẹ.

Behandling

Det kan av og til være aktuelt å forsøke behandling med spesielle medisiner ved kronisk hepatitt C for å stanse utvikling av alvorlig leversykdom. Mange får tilbakefall etter fullført behandling, men noen blir kvitt infeksjonen for godt.

Điều trị

Một đôi khi bệnh viêm gan loại C mãn tính có thể điều trị với những loại thuốc đặc biệt để ngăn chặn sự phát triển bệnh gan trầm trọng. Sau khi được điều trị xong, nhiều người bị bệnh tái phát, nhưng có người hết bệnh hẳn.

Hvordan unngå smitte?

Hepatitt A

God håndhygiene i forbindelse med måltid og toalettbesøk, spesielt i utlandet. Unngå å drikke vann fra springen ved reise til utlandet. Vaksinasjon.

Hepatitt B

Kondombruk. Unngå bruk av urene sprøyter. Vaksinasjon.

Hepatitt C

Unngå bruk av urene sprøyter.

Alle som er smittebærere av hepatitt B eller hepatitt C må unngå at andre kommer i kontakt med deres blod. De kan ikke være blodgivere. Blodsøl bør desinfiseres med klorinoppløsning.

Làm cách nào để không bị lây bệnh?

Viêm gan (hepatitt) loại A

Rửa tay sạch sẽ trước các bữa ăn hay sau khi viếng nhà vệ sinh, đặc biệt là khi ở nước ngoài. Tránh dùng ống nước chảy thẳng từ vòi nước khi du lịch nước ngoài. Chủng ngừa.

Viêm gan (hepatitt) loại B

Dùng bọc cao su. Không nên dùng ống chích đã có người khác dùng trước rồi. Chủng ngừa.

Viêm gan (hepatitt) C

Không nên dùng ống chích đã có người khác dùng trước rồi.

Tất cả mọi người mang nguồn truyền bệnh viêm gan B hay viêm gan C phải tránh dùng để cho người khác chạm vào máu của mình. Họ cũng không hiến máu được. Nên sát trùng nơi dính máu với thuốc klorin.

**“Yếu tố về chứng viêm gan loại A, B và C”
Do Sở Thanh tra y tế phát hành và
Viện Bảo vệ sức khỏe dân chúng.
Dịch năm 2001**

"Fakta om hepatitt A, B og C"
Utgitt av Statens institutt for folkehelse
og Statens helsetilsyn.
Oversatt 2001



Postboks 4404 Nydalen
N-0403 Oslo, Norway
Internett: www.folkehelse.no



Statens helsetilsyn

Trykksakbestilling:
Tlf.: 22 24 88 86 - Faks: 22 24 95 90
E-post: trykksak@helsetilsynet.dep.no
Internett: www.helsetilsynet.no